

家庭医生咨询

冬 辰 编著



黑龙江科学技术出版社

目 录

一、常见病家庭咨询门诊

怎样预防伤风	(1)	十二指肠溃疡病人饮食 5 忌	(11)
流感的预防与治疗	(1)	五官变化与内脏功能	(11)
热水浸手治偏头痛	(2)	便秘的简易自疗方法	(12)
如何预防乙肝的传染	(2)	中风的新疗法	(12)
警惕慢性胆囊炎	(2)	疥疮应该如何防治	(12)
腹痛的种类与治疗	(3)	失眠的自我疗法	(13)
警惕腹部的“定时炸弹”	(3)	机械疗法医治失眠	(13)
青年人怎样预防胃病	(3)	治疗失眠的一种小方法	(13)
溃疡病人不宜服用哪些药	(4)	吃错药怎么办	(13)
菌痢初期不可滥用止泻药	(5)	骨折病人不宜多吃肉骨汤	(14)
速效感冒胶囊不可滥用	(5)	日常健康常识 7 则	(14)
冠心病的预防	(5)	疾病的 10 项报警信号	(14)
饮茶可以治疗冠心病	(6)	就诊 7 忌	(15)
丈夫得了冠心病,妻子应该怎么办	(6)	探病须知	(16)
如何预防心肌梗塞的发生	(7)	音乐处方	(16)
怎样有效地预防高血压病	(7)	多听的奥妙	(17)
突然昏倒时为什么要平卧	(8)	自我查体 10 法	(17)
警惕夜间高血压	(8)	生活方式与防癌	(17)
心绞痛的自疗及预防	(9)	手足多汗症的治疗	(17)
高危病人的自我保护	(10)	加深脸部皱纹的 14 种不良动作	(18)
心脏病人拔牙须知	(10)	家庭护肤种种	(18)
由牙病引起的几种牙痛	(10)	如何防治雀斑	(19)
中年人的几种强肾保健法	(11)	治疗冻疮的几种方法	(20)
肾炎病人不宜吃香蕉	(11)	那些人适宜戴隐形眼镜	(20)
		冬季脸腮呈紫红色是有病吗	(21)

治疗狐臭有妙方	(21)
癌症病人要忌吃鸡吗	(21)
关于几种有毒物质中毒的防治	(22)

二、小儿病家庭咨询门诊

警惕小儿头痛	(23)
预防小儿肺炎	(24)
预防小儿肝炎	(25)
如何早期发现小孩得了肝炎	(25)
警惕儿童溃疡病	(25)
小儿肾炎恢复期应注意什么	(26)
急性湿疹的速效疗法	(26)
小儿的出疹与发热	(26)
婴儿腹泻的预防与治疗	(27)
按摩腰骶部可治疗小儿腹泻	(27)
蹊跷的腹痛	(28)
小儿急性喉炎的预防	(28)
幼儿咳嗽的家庭治疗	(28)
蛔虫病自测法	(29)
儿童鼻出血的家庭止血法	(29)
新生儿也可有“月经”、“白带” 及乳房增大	(29)
婴幼儿的手足口腔病	(30)
儿童弱视与斜视	(30)
儿童瘙痒症	(31)
吃母乳引起的黄疸	(31)
谨防小儿得药性皮炎	(31)
小儿耳朵里也能长湿疹吗	(32)
小儿夜惊要查明原因	(32)
幼儿玩弄阴茎该怎么办	(33)

小儿憋尿引起的急诊	(33)
孩子尿床怎么办	(34)
尿布皮炎的防治	(35)
孩子牙颌畸形怎么办	(35)
怎样使孩子的牙齿排列整齐	(36)
多吃蔬菜能使孩子牙齿健美	(36)
小孩缺钙的家庭防治	(36)
胖孩长大未必肥	(37)
不要给孩子涂口红	(37)

三、青春期卫生家庭咨询门诊

为什么会长青春疙瘩,如何防治	(38)
青春期如何使乳房健美	(38)
如何自我检查乳房	(39)
乳房小是怎么回事	(39)
乳房大小不均是怎么回事	(40)
你的乳房能变得丰满吗	(40)
姑娘闭经怎么办	(41)
青春期姑娘的烦恼	(41)
月经前10天左右乳房胀痛是 怎么回事	(42)
月经初潮过早是病吗	(43)
白带异常与肿瘤	(43)
怎样避免女性尿道感染	(44)
肥胖妇女不易患尿道感染疾病	(44)
并非性病的“性病”	(44)
青春期卫生	(45)
怎样使小腿由粗变细	(45)
男性包皮的家庭疗法	(46)
睡眠中的阴茎勃起是病态吗	(46)

男性怎样渡过“年龄危险期”……(47)

“男性乳房发育症”是怎么回事……(47)

青春期健身锻炼6忌……(47)

女性乳房的4期保护……(48)

妇科病人怎样叙述病情……(49)

患阴虱感染不要畏羞忌医……(50)

龟头炎症及红斑是否会引起阴茎癌……(50)

睾丸小会不会影响生育……(51)

不要为阴茎短小而苦恼……(51)

大便时尿道口滴血是怎么回事……(52)

男人羞于启齿的病……(53)

四、优生优育家庭咨询门诊

探亲夫妇怎样正确服用探亲避孕药……(55)

患哪些疾病必须严格避孕……(55)

肾炎患者能服用避孕药吗……(55)

施行输精管结扎术后“驼背”怎么办……(55)

生葡萄胎后要避孕多长时间……(56)

子宫小能否受孕……(56)

子宫小能治吗……(56)

女性为何应多补钙……(56)

人流以后不宜过早怀孕……(57)

刚怀孕能否拍X光片……(57)

当妻子怀孕之后……(57)

产妇吃多少鸡蛋为好……(58)

男性与优生的关系大吗……(58)

性病有哪些……(59)

夫妻一方染上性病,另一方如何预防……(59)

女性不孕有哪些原因……(59)

妇科病人在什么情况下应到

妇科就诊……(60)

丈夫做绝育后,妻子为何又怀孕……(60)

理想的生育年龄是多少……(60)

婚后多年不育有哪些原因……(61)

不育夫妇的日常疗法……(61)

新婚女性的妊娠征兆有哪些……(63)

男人也能得女人病……(63)

切除子宫后会影响性生活吗……(64)

流产并非遗憾事……(65)

精液中为什么没有精子……(65)

是男性还是女性……(65)

妇女不宜用肥皂水洗外阴……(67)

为何产妇怕解小便……(67)

精子怎么会消声匿迹……(68)

避孕套ABC……(69)

女性生殖系统先天畸形……(71)

哪些男子容易得不育症……(72)

男子不育症的药物治疗……(73)

新婚避孕须知……(73)

孕妇临产的先兆……(74)

女性避孕法……(74)

男性避孕法……(76)

沙眼与性病……(77)

碘能减轻乳房疼痛……(77)

乳母喝啤酒可防治乳汁不足……(78)

带环妇女9问……(79)

孕妇睡觉姿势有讲究……(79)

女性服避孕药须知……(80)

频频人流的危害……(81)

不是怀孕的“怀孕”	(82)	人体老化简易测知法	(93)
哺乳与避孕	(82)	手指运动可防老年痴呆	(93)
女性采用何种睡姿好	(83)	老人防跌 10 项注意	(93)
受孕 10 避	(84)	老年性“阳痿”的自我按摩法	(94)
女性婚后的心理调节	(85)	阳痿古今疗法	(94)
我是否怀孕了	(85)	能提高性功能的粥	(96)
刺激乳头可有多重作用	(86)	颈椎病的自疗	(97)
孕期胎儿牙齿的保护	(86)	慢性前列腺炎的中医疗法	(98)
年轻妈妈须知	(87)	前列腺肥大者应注意什么	(98)
产后怎样保护体态健美	(87)	男性的“秋天”如何度过	(99)
怎样才能使眼睛明言传神	(88)	老年排尿性晕厥	(99)
孕妇洗澡水温不宜过高	(88)	老年人的皮肤变化与癌症	(99)
剖腹产妇女饮食禁忌与调节	(88)	耳压加气功治疗老年性白内障	(100)
怎样保护好哺乳期的乳房	(89)	老年妇女霉菌性阴道炎如何治疗	(100)
当心围产期感染	(89)	女性患更年期综合症该如何治疗	(100)
习惯性流产	(90)		
肥胖妇女的孕期保健	(90)		
妇女患子宫颈癌责任大都在男子	(91)		
结婚治病数题	(91)		
服避孕药 10 知	(92)		

五、中老年性疾病家庭咨询门诊

六、疾病与饮食营养

具有高营养价值的大豆浓缩蛋白粉	(102)
不吃早饭不但不减肥反而会发胖	(104)
医生对胖子的忠告	(104)
如何有效地控制体重	(105)
不可忽视的体重骤降	(106)



常见病家庭咨询门诊

怎样预防伤风

伤风是由多种病毒引起的常见呼吸道传染病。常见病原体为鼻病毒、流行性感冒病毒、副流感病毒等。病原体存在于病人唾液和鼻涕等分泌物中，通过咳嗽或打喷嚏传给他人。接触伤风病人用过的毛巾、手帕或食具等物可传染得病。人在受凉、淋雨或过度疲劳时也易得伤风病。

伤风病潜伏期约一天左右，开始时病变局限于鼻咽部，引起咽部干燥、发痒、鼻塞、流涕。有时病变可向下发展，影响喉部、气管、支气管，因而有发音嘶哑、咳嗽、胸闷等症状。一般无体温升高或发热不显著，在 38°C 左右，约3~4天热退。此外，病人有全身酸痛、乏力、头痛、胃口不好、腹胀、便秘等症状。部分病人于病程后期，唇边可出现热疮（即单纯疱疹）。

伤风病病情虽轻，但发病率较高，且反复感染，影响学习和工作，应积极预防。平时要注意锻炼身体，增强体质。在春冬季节天气变化时，及时增减衣服。受凉后立即服用生姜红糖茶。常用药物有速效感冒胶囊、羚羊感冒片、感冒冲剂、银翘解毒片等；如有咳嗽，可用棕色合剂、半夏露等。咽痛时可含喉症片润喉。一般情况下不宜用磺胺类或抗生素类药物，如并发副鼻窦炎、中耳炎

或肺炎时，可考虑使用。

流感的预防与治疗

流感即流行性感冒，是由流感病毒通过呼吸道传播引起的急性传染病。主要症状是发热、全身酸痛、头痛、鼻和咽部疼痛，比伤风更为严重。

流感病毒存在于病人的口鼻等分泌物中，经飞沫传播，传染性强，如不及时采取预防措施，可引起流行。

病潜伏期约1~2天。起病大多突然，全身症状明显，呼吸道症状较轻。先有畏寒，继以高热，可达 $39\sim 40^{\circ}\text{C}$ ；同时有头痛、全身酸痛，软弱无力，常感眼干、咽干、轻度喉痛。部分病有喷嚏、流涕、鼻塞，也可有胃肠道症状，如轻度恶心、腹泻等。发热与上述症状多于1~2日内到高峰，3~4日内热退，症状随之消失。乏力与咳嗽可持续1~2周。轻型流感与其他病毒性呼吸道感染相似。有的病情一开始就非常严重，表现为高热、神志不清、颈强直、抽搐等脑炎的症状。流感病毒肺炎很少见，主要发生于原有心脏病、慢性肺病患者或妊娠妇女。

流感流行时，诊断容易。但散发病例则诊断较为困难，应与伤风、气管炎等上呼吸道疾病相鉴别。

由于流感病毒是通过呼吸道传播，容易在人口密集的地方流行。对流感病人应及早发现、及早隔离和治疗。提倡在公共场所戴口罩。发现流感流行时应减少集会，注意房屋通风，病人的口鼻腔分泌物及污物应随时消毒。

对流感病人，特别是老年人、儿童、体弱者，以及原有慢性病（如心脏病、肺结核、慢性支气管炎等）者，或某些开始症状较严重的病人，应密切注意观察，及时采取措施，预防继发细菌性上呼吸道感染、细菌性肺炎等的发生。

该病目前尚无可靠的病原治疗。高热、头痛、全身酸痛较重者可用复方阿司匹林或克感敏，加之物理降温，酌情输液。如继发细菌性呼吸道感染，可选用磺胺药及抗生素治疗。并发流感病毒肺炎时，应注意心力不全，可酌情输液、吸氧，亦可用些抗生素，预防继发细菌感染。中医治疗可根据病情辨证施治，亦可选服速效感冒胶囊和银翘解毒片等中成药。针刺合谷、曲池、印堂、风池等穴，或在大椎处拔火罐均有助于该病的治疗。

热水浸手治偏头痛

最近美国专家提出了一种解除偏头痛的简易疗法：头痛时，把双手浸泡在一盆热水中，并定时加入一些热水以保持水温。这样浸泡半小时后，头痛会逐渐减轻甚至完全消失。这是由于双手浸泡在热水中，使手的血管扩张，血液流聚于手部，使脑血管的血流量相对减少，血管的膨胀也相应减小，减轻了对神经的压迫，疼痛便逐渐消失。

如何预防乙肝的传染

乙肝的主要传染媒介是汗液、血液、唾液、精液（包括粪便）。所以，当家庭成员中有人已患上乙肝后，其他人应从如下几方

面加以预防。

乙肝患者解完粪便后，不要用已污染的手乱动其它物品，应立即洗手，如厕所内无洗手设备，推厕所门时，要用清洁的卫生纸包住门拉手。

吃饭要采取分餐式，各用各的碗筷（最好固定下来）。乙肝患者的餐具要单独洗，分开搁放，如在清洗后能用新洁尔液溶液浸泡数分钟最好。

患乙肝的家庭成员，不要随地吐痰及唾沫，更不要亲吻其他家庭成员，洗漱用具要专人专用。

洗衣服时，要将患乙肝的家庭成员的衣物单独洗（特别是内衣）。使用浴盆洗澡的家庭，患乙肝的家庭成员用过要用新洁尔液消毒后，健康人再使用。

在夫妻性生活方面，在乙肝患者的肝炎急性活动期内，夫妻要避免过性生活，活动期后要注意节制。另外在性交时，最好要戴避孕套，以减少生殖器的直接接能而造成交叉传染。

另外，家庭其他成员最好能注射乙肝疫苗，提高免疫能力。

警惕慢性胆囊炎

出现上腹部闷胀、食欲减退、胃灼热、消化不良等消化道症状时，常常被当作“胃病”，而乱用“胃得宁”、“胃必治”等药。其实，一经详细检查，就会发现病根并不是在胃，B型超声波常揭示：“慢性胆囊炎。”

慢性胆囊炎在中老年人中是一种常见病，尤其是女性、肥胖、习惯于静坐者多发。初期没有症状，急性发作时，病人可出现上腹部阵发性疼痛或持续性疼痛，有时右肩及右肩胛下处疼痛，并伴有寒战、发热、呕吐等现象。病人表现为坐卧不安，面色苍白。如有胆石嵌顿在胆道，也可出现疼痛。有一些病人，还会并发急性胰腺炎，则病情

转为严重。因此，在出现消化道症状之初，就应进行B型超声检查，以便早期发现慢性胆囊炎。

胆囊炎病人的饮食，以低脂肪为原则，而且应食用植物油，多喝水；宜少食多餐，多吃含维生素A的食物。治病可用解疼、利胆、消炎药，也可用中药柴平煎，疏肝利胆，化湿和胃：柴胡12克，黄芩9克、清半夏12克、党参9克、苍术9克、陈皮9克、川朴9克、内金9克、甘草6克。

腹痛的种类与治疗

引起腹痛的原因大致有以下几种：腹腔内脏器疾病，占腹痛病因的绝大多数，如消化性溃疡、阑尾炎、胆囊炎、胆石症、胰腺炎等，其腹痛的部位往往相当于病变器官的部位；胸腔内脏器疾病，如急性胸膜炎、大叶性肺炎、心肌梗塞等引起的反射性腹痛，一般为上腹部痛，比较少见，脊髓病变或下胸椎病变，如结核、肿瘤压迫神经根部所致的腹痛，其疼痛部位多按神经分布；全身性疾病，如中毒、过敏等也可引起腹痛。

腹痛通常是各种重危病的共同症状，一旦发生应及时就医，切莫乱服止痛药物而延误病情。如果腹痛尚能耐受时，应尽可能在作出初步诊断后，根据不同病因选用止痛药物。如果腹痛难以忍受，可先用针灸疗法或注射阿托品解痛。在诊断未确定之前，一般应禁用吗啡、度冷丁等麻醉药，以免掩盖病情。腹痛伴反复呕吐、腹泻者，应适当补充液体。部分病人在腹痛早期就诊时，典型症状和体征可能尚未出现，需要经过一定时间的观察方可确诊，所以必须严密观察和随访。当腹痛缓解后，病员准备回家休息时，仍必须与医生保持联系，以便继续观察病情变化。

警惕腹部的“定时炸弹”

腹主动脉瘤，是由动脉硬化导致血管内膜破裂而造成动脉扩张形成的。当动脉扩张到一定程度时，就会突然破裂，常常难以救治。此病平时不痛不痒，许多人不予以重视，常因轻视而延误，甚至有人拒绝手术。

此病的患者大多是老年人，平均发病年龄约为60岁左右，绝大多数系动脉硬化所引起，少数也可因外伤或感染而引起。初期时，可以没有任何症状，因此不易早期发现，但只要稍加注意，是可以察觉到的。50岁以上的老人，特别是有动脉硬化病史的老年人，可以自己用手摸肚脐以上稍偏左方的部位，试探着有无搏动性的肿块，如果摸到有跳动的圆形如拳大的肿块，那么判断腹主动脉瘤的可能性便极大，尽管不痛不痒，也应立即到血管外科去检查。当然有的较瘦老人，可以清楚地腹部稍偏左方摸到一根索条状的有搏动的东西，那是正常的腹主动脉，并不是病症。

对于腹主动脉瘤的诊断，B型超声波检查常可取得正确的判断，并可确定腹主动脉瘤的部位和大小。但是，如果接受手术治疗，则有时还要做动脉造影，以进一步确定腹主动脉瘤的部位、大小、远侧血管的通畅度、双侧肾动脉有无累及等细节，为手术提供详尽的资料。

手术时将腹主动脉瘤切除，中间用一根人造血管移植其间，病人就可化险为夷。因此，得了腹主动脉瘤，也完全不必过分担忧，许多病人术后已正常生活了十几年了。除了腹主动脉瘤很小，直径3~4厘米的特殊病例，允许作短期观察外，直径在4厘米以上的腹主动脉瘤必须尽早地实施手术治疗，以防破裂。

青年人怎样预防胃病

人们通常说的胃病，多指溃疡病。这是胃肠病中的常见病、多发病。青壮年得这种

病的比较多。得病的主要原因，过去一般认为是胃和十二指肠里面的胃酸太多，以致把它本身的组织也消化掉一部分，才形成溃疡。但近年来的研究证明，溃疡病不单是局部消化问题，更重要的是精神刺激使大脑皮层的功能紊乱造成的。大脑是人的中枢神经，一切内脏活动都听从它的指挥，它可以影响胃肠功能，产生溃疡病。当然，溃疡病发作或复发还有一些诱因，比如饮食不调，一次吃得太多、太快，没有细细咀嚼等，因此溃疡病患者常常在逢年过节时发病，主要是节日期间放纵了饮食的缘故。还有的人进食不规律，时饥时饱，食物太硬，不容易消化，吃过多的生、冷、烤、油炸的食物，以及饭后腹部受凉等，都会成为溃疡病的诱因。溃疡病发生在胃部叫胃溃疡，发生在十二指肠叫十二指肠溃疡。

溃疡病的常见症状是疼痛，往往在上腹部正中或略偏左侧。一般在进食后半小时左右出现疼痛，持续一小时后才能逐渐消失。也有的病人在进食2~4小时后出现疼痛，这是因为胃部食物排空的原因，吃一点东西就可以使疼痛消失。一般认为，进食后早发的疼痛是胃溃疡的特征，迟发的疼痛是十二指肠溃疡的特征。溃疡病的疼痛也有一定的季节性，到了秋季天凉以后，要分外小心，饮食要合理节制，不能受凉或劳累。到了夏季，大部分患者都觉得很舒服，甚至没有疼痛。

溃疡病还有其它症状，比如嗝气、吐酸水等。嗝气主要是胃消化不好，产生气体太多的缘故，假如气有臭鸡蛋味，这是食物长期滞留在胃部，不能如期排空，食物腐败后产生的。这种现象说明溃疡部位已经由于疤痕收缩，伴有其它并发症，应该到医院检查治疗。40岁以上的中年人，长期患胃溃疡，经常发作，逐渐加重，上腹痛变得无规

律或持续性疼痛，吃药也无济于事，身体消瘦、无力，就要提高警惕，请医生彻底检查，以便及早发现癌变，及时治疗。

目前，对溃疡病还没有特效药。主要是思想上解除顾虑，增强信心，同时注意合理饮食，吃稀软容易消化的食物，不吃油炸、油煎食品以及含粗纤维多的菜如芹菜、韭菜、豆芽等；吃饭要定时定量，少吃多餐，发病时每天可吃5~6餐；不吃过冷过热和酸辣等刺激性食物；戒酒戒烟，不喝浓茶。胃疼时可服解痛药或碱性药，如复方胃舒平、复方颠茄片、胃得宁、普鲁苯辛等。氢氧化铝可以保护胃粘膜，促进溃疡愈合，可以服用，但不要多吃也不要长时间吃小苏打片，以免产气过多加重病情。也可以服用中药，如鸡蛋壳烘干研成极细的粉末，每次服5克，每天3~4次，饭前服；养胃丸，每次9克，早晚各服一次。

预防胃病的方法是保持乐观情绪，生活有规律，注意饮食卫生等。

溃疡病人不宜服用哪些药

1.解热镇痛药阿司匹林、水杨酸钠对胃粘膜有刺激作用，能促使上皮细胞脱落，因而易引起胃粘膜糜烂及无痛性胃肠道出血。

2.非那西丁、咖啡因可促使胃酸分泌增加，加重溃疡病情，必须使用时，宜与抗酸药如氢氧化铝等同服。

3.消炎镇痛药的消炎痛、保泰松等则易引起消化不良，使溃疡病加重。

4.肾上腺皮质激素类药如强的松和促皮质素(A、C、T、H)，以及利尿类药如速尿、利尿酸，易引起胃肠道出血，应注意慎用或不用。

5.交感神经阻滞剂如利血平、胍乙啶、胍生和抗惊厥左旋多巴等药，也可使胃酸分泌过多，加重溃疡病病情，均不宜使用。

菌痢初期不可滥用止泻药

细菌性痢疾(菌痢)是由于痢疾杆菌侵入人体所引起的肠道传染病,多发生在夏秋两季。常以腹痛、腹泻为主要症状,严重者可在一天内腹泻几次到几十次。

菌痢疾人可通过排便,将肠道内的病菌及细菌毒素排出体外。腹泻有利于病体的康复。如果过早地应用止泻药,病人体内的病菌和毒素不易排出体外,反而会促使病情加重,病程延长。因此,在菌痢初期不宜滥用止泻药。应首先选用抗菌药物进行治疗。但如果严重影响休息时,可在夜间给予复方樟脑酊5毫升,或再配10/500水合氢醛10毫升顿服,使病人得到休息,有利于病体的康复。

速效感冒胶囊不可滥用

速效感冒胶囊含有人工牛黄、扑热息痛、咖啡因、扑尔敏等成分。其中咖啡因可使心跳加速、血压升高,还可导致心律不齐,因此年老体弱及心功能不良者慎用。婴幼儿因神经系统发育尚未健全,体内解毒功能较差,服用后易使中枢神经系统兴奋引起惊厥,也应慎用。另外由于此药含有扑尔敏,可引起困倦、嗜睡,影响注意力集中,所以用药期间不宜驾驶车辆、管理机器及高空作业。

冠心病的预防

常有人说冠心病是老年病,等到了四五十岁再预防也不迟,其实不然。国内外大量资料证实,冠状动脉硬化可自幼年开始,最早者见于新生儿。10~20岁年龄的人其发病率可达13.3%。如美国曾对平均年龄为22岁的300名士兵的尸体进行尸检,发现这些死亡者中,肉眼可看到冠状动脉病者达77%。日本一组尸体解剖资料发现10~30

岁的少年和青年893人中,有冠状动脉粥样硬化的占33.7%。40岁以上冠状动脉粥样硬化的发生率明显增加,老年期更是如此。因此可以说,几乎所有的人,都会产生某种程度的动脉粥样硬化,只不过是有人还没有发展到足以表现出临床症状而已。因此对冠心病的预防工作,从青少年时期就应着手,只有无病早防,才能减少冠心病的发病率。

下面介绍两种预防动脉硬化的方法。

1.对没有得冠心病人的预防,目的是防止动脉粥样硬化的发生与发展。病理解剖证实,动脉粥样硬化病态从儿童期已有发生,青年期有的已相当严重。虽然冠心病常在中老年以后发病,但其预防必须从幼时开始。首先应该做到以下几点:(1)控制血压。(2)安排合理的饮食结构与热量摄入,避免超负荷。防治高脂血症,降低人群血脂水平。(3)戒烟。(4)积极治疗糖尿病。(5)饮用硬水。软水地区需补充钙、镁。(6)避免长期精神紧张,过分激动。(7)积极参加体育锻炼。

2.对已患冠心病者的预防,控制其发展和防止并发症,使其更好更快地康复。先前所做的几点对于后者都十分重要。同时避免冠心病发作的诱因,如饱餐、大量饮酒、过度劳累、精神紧张、情绪激动、突然的寒冷刺激等等。在上述方法不满意时,应在医生指导下选用副作用小的扩冠脉药物 β -阻滞剂等,以防止冠心病的发作与发展。一旦有冠心病的急性发作,如严重的心绞痛,应严格卧床休息,立即服用扩冠药物,最好进行就地治疗,待情况相对稳定后再送往医院。这样可以减少心肌梗塞的发生。冠心病恢复期逐渐开始康复锻炼。

近年来不少人主张长期小剂量服用阿司匹林,能够有效地防止血小板凝集状态,从而预防冠心病和急性心肌梗塞的发生。

饮茶可以治疗冠心病

在我国古代方书中，早有用茶叶治疗心痛（冠心病心绞痛）的记载。如《兵部手集方》载：“久年心痛，十年五年者，煎湖茶，以头醋和匀，服之良。”《瑞竹堂经验方》有应痛丸，“治急心气痛不可忍者，好茶末四两，炼乳香一两，为细末，用醋同兔血和丸如鸡头实大，每服一九，温醋送下。”

近代大量科学研究证明，茶叶对预防冠心病确有良好的效果。茶叶具有抗凝血和促进纤维蛋白溶解的作用，对冠心病有良好的影响。茶中所含的茶多酚，可以改善微血管壁的渗透性能，能有效地增强心肌和血管壁的弹性和抵抗能力，还可降低血液中的中性脂肪和胆固醇。维生素C和维生素P，也具有改善微血管功能和促进胆固醇排出的作用。咖啡因和茶碱，则可直接兴奋心脏，扩张冠状动脉，使血液充分地输入心脏，提高心脏本身的功能。福建医科大学曾在安溪茶区对1080人进行了调查，发现喝茶与减少冠心病的发生是有关的。不喝茶的人群，冠心病的发病率为3.1%，偶尔喝茶的为2.3%，常喝茶的（3年以上）为1.4%。数字表明，常喝茶的发病率比不喝茶或偶尔喝茶的明显偏低。可见，常喝茶对预防冠心病确有好处。

应该指出，茶叶中虽含有咖啡碱，但饮茶和服用咖啡或纯咖啡碱是完全不同的。服用咖啡和纯咖啡碱，会升高血脂，容易引起动脉硬化，而饮茶不但不会升高血脂，反而可以降低血脂，减少动脉硬化与冠心病的发生，这是由于茶叶中多种成分综合作用的结果。

丈夫得了冠心病，妻子应该怎么办

中年以上的男子，最易受冠心病的袭击，这往往给许多家庭尤其是妻子带来忧

虑。俗话说：“一日夫妻百日恩，百日夫妻似海深”，谁不想夫妻白头偕老，百年合欢。但是只忧虑是无济于事的，做妻子的应该积极帮助丈夫与冠心病作斗争。那么该从哪些方面着手呢？

首先要保持家庭欢乐和美。世界著名心脏病权威马尔姆·卡卢瑟斯博士认为，压抑是诱发心脏病的最主要因素之一。生活中，人们在各种压力之下，会生气、灰心或紧张等，而男人往往不会以哭一场来抒发其强忍着的情感。压抑、孤独或婚姻不美满更容易导致冠心病发作。如果家庭生活和睦，夫妻相亲相爱，往往会使人紧张情绪放松，妻子的关心劝解，温柔的话语和无微不至的体贴，往往是解除压抑、孤独良药。不要老在丈夫面前唠叨一些不愉快的事。丈夫下班刚进门，绝不要把自己碰到的不顺心的事情向他倾诉。

要劝丈夫工作不要太累，保持适量的工作。不要让他去干那些力不从心的事情或看一些惊险的电影和激烈性的比赛。

帮助丈夫选择他所喜爱的适量的运动，并督促他坚持锻炼。

要饮食合理。食用多样而均衡的食物，粗细合理搭配，多吃些新鲜蔬菜和水果。每餐切不可过饱，最好是八成饱。

严禁吸烟。要劝丈夫不要吸烟。据国外报道，吸烟者冠心病人的死亡率，是不吸烟者的4~8倍。

了解一些医学常识。妻子往往是观察病情最仔细的“护士”，也是处理疾病最早的“医生”，多掌握些医学常识，及时督促丈夫服药，不仅对病情有好处，还可以使你的丈夫从心理上有更多的安全感。

保持房间温度适宜和空气新鲜。丈夫外出时嘱其随身带上保健盒，家中要备有附近医院及急救中心的电话号码，以备紧急情况下随时呼叫。

如何预防心肌梗塞的发生

预防心肌梗塞,除了借助冠心病的几种预防方法外,在日常生活中还要注意以下几点:

1. 绝对不要抬过重的物品。搬抬重物时必然要弯腰屏气,其生理效应(对呼吸、循环系统的影响)与用力屏气大便类似,是老年冠心病病人诱发心肌梗塞的常见原因。

2. 放松精神,愉快生活,保持心境平和,对任何事情要能泰然处之。参加适当的体育活动,但应避免竞争激烈的比赛,或即使比赛也应以锻炼身体、增加乐趣为目的,不以输赢论高下。

3. 要特别注意洗澡。不要在饱餐或饥饿的情况下洗澡。水温最好与体温相当,水温太热可使皮肤血管明显扩张,大量血液流向体表,可造成心脑血管缺血。洗澡时间不宜过长,洗澡间一般闷热且不通风,在这种环境中人的代谢水平较高,极易缺氧、疲劳,老年冠心病病人更是如此。冠心病程度较严重的病人洗澡时,应在他人帮护下进行。

4. 气候变化时要当心。在严寒或强冷空气影响下,冠状动脉可发生痉挛并继发血栓而引起急性心肌梗塞。气候急剧变化,气压低时,冠心病病人会感到明显的不适。国内资料表明:持续低温、大风、阴雨是急性心肌梗塞的诱因之一。所以每当遇到气候恶劣时,冠心病病人要注意保暖或适当加服扩冠药物进行保护。

冠心病病人日常生活中各种保护措施非常重要,同时还要懂得和识别梗塞的先兆症并给予及时处理。

心肌梗塞病人约70%有先兆症状,主要表现为:(1)突然明显加重的心绞痛发作;(2)心绞痛性质较以往发生改变或使用硝酸甘油不易缓解者;(3)疼痛伴有恶心、呕吐、大汗或明显心动过缓者;(4)心绞痛

发作时出现心功能不全,或原有的心功能不全因此而加重者;(5)心电图于ST段一时性上升或明显压低,T波倒置或高尖,或伴有心律失常;(6)老年冠心病病人突然不明原因地心律失常、心衰、休克、呼吸困难或晕厥等。心肌梗塞先兆症状多在发病前一周出现,少数病人甚至提前数周。约40%的病人发生于梗塞前1~2天。有的病人可出现数次。

上述症状一旦发生,必须高度重视,认真对待。病人首先严格卧床,保持安静,避免精神过度紧张,舌下含服硝酸甘油。有条件时立刻请医生上门就地诊治。同时做好送往医院的准备。交通工具必须平稳舒适。病人应避免走动,情况相对稳定时以担架运送。运送途中可持续或间断使用硝酸甘油等扩冠药。症状严重,心电图变化明显时按心肌梗塞处理。

梗塞先兆得到及时处理的病人,有的可免于发生急性心肌梗塞,有的即使发生心肌梗塞范围也较小,症状较轻,并发症少,易于康复,存活率明显提高。

怎样有效地预防高血压病

预防高血压的具体方法有以下几种:

1. 定期测量血压是早期发现症状性高血压的有效方法。对有高血压病专家族中的人,从儿童起就应定期检查血压。正常小儿的收缩压=年龄 $\times$ 2+80(mmHg),舒张压为收缩压的2/3~3/5,学龄儿童正常血压最高为16/10.7kpa(120/80mmHg)。对无高血压家族史的人,从40岁起应定期测量血压,有的高血压病人可维持10~20年无症状,一旦发现已是Ⅱ期以上。

2. 限盐。许多研究证明摄盐量与高血压发生率成正比比例关系。终生低钠的人群,几乎不发生高血压。世界卫生组织规定每人每天的食盐摄入量为3~5克,这对于预防高

血压有良好的作用。有高血压家族史的人，最好每天只吃2~3克盐。

3.戒烟。吸烟可以使血压升高，心跳加快，吸一支烟有时可使血压上升3.33kpa (25mmHg)。尼古丁作用于血管运动中枢，同时还使肾上腺素分泌增加，引起小动脉收缩。长期大量吸烟，可使小动脉持续收缩，久之动脉壁变性、硬化、管腔变窄，形成持久性高血压。

4.控制体重。体重超重给机体带来许多副作用。胖人高血压的患病率是体重正常者的2~6倍，而降低体重则可使血压正常化。有人对中度高血压进行5~10年的观察，发现平均体重还可明显减少降压药剂量。控制高糖、高脂食物，少食多餐，积极参加体育锻炼，是减肥的重要方法。

5.积极参加体育锻炼，放松紧张情绪。20世纪的“办公室”病，缺乏户外锻炼是一个主要原因。缺乏体育锻炼容易使脂肪堆积，体重增加，血压升高。体育锻炼还可使紧张的精神放松，慢跑、散步、游泳等，均对稳定血压有很大的好处。

6.及时控制临界高血压。当血压在18.7~21.3/12~12.7kpa (140~160/90~95mmHg)之间时，称为临界高血压。临界高血压多无症状，但必须予以足够重视。美国45岁男性中，舒张压为12.7kpa (95mmHg)者，5年死亡率较血压正常者高2倍。对于临界高血压首先应采用非药物治疗法。除了上面介绍的措施外，还可用理疗、针灸等，多可收到良好效果。

突然昏倒时为什么要平卧

在影响血压的各种因素中，体位的影响是很明显的。当人平卧时，大血管和心脏处在同一平面上，各处的血压值没有多大的变化。从平卧改为站立姿势，不同部位的血压就要发生较大的变化。如直立时由于重力的

影响，主动脉压为120毫米汞柱，头部血压只有96毫米汞柱，而足部血压则可升至190毫米汞柱。大家知道，血液本身是有重量的，液柱越高对底层的压力越大，这压力积为流体静压。心脏收缩时，若要把血液送到头部，必须克服从心到头这一段血管内血液的流体静压，即主动脉血压减去心至头血液柱的流体静压，才是头部静脉血压值。据测量，心至头之间血液的流体静压为24毫米汞柱，所以血液从心脏到头部就要损失24毫米汞柱的压力。下肢则相反，主动脉血压加上足至心段血液柱的流体静压，才是足部血管的血压值。总之，直立位时心脏以上的血压下降，心脏以下部分的血压上升。下降和升高的数值与该处到心脏的距离则是距离越远变化越明显。由此不难理解，为什么突然昏倒时，应立即让其平卧，同时将四肢稍抬高，目的就要减少血液流体静压值，以改善脑部血液循环。

警惕夜间高血压

活动可引起血压升高，这已是众所周知的。然而，很少有人注意自己晚上血压的情况。

近年有人发现，有些高血压病人，经过治疗之后，白天的血压多正常或仅有轻微升高，而夜间甚至达到危险程度。这些病人早晨起床时，多有头晕、软弱乏力等症状，但稍活动后，血压随即恢复正常，症状也很快消失。这种夜间血压升高的机理，目前还不很清楚。据有关专家意见，可能是睡眠之后，副交感神经兴奋性升高，当达到一定程度后，可使乙酰胆碱为介导的节后神经分泌出去甲肾上腺素，引起血管收缩，血压升高。因此，有些高血压患者并发脑出血，不是发生在活动较多的白天，而是发生在夜里睡眠时。因此，高血压病患者，既要注意白天的血压升降，也要关心晚上的血压变化，

尤其早晨起床有不适感觉时，应在夜里测量血压，如果证实夜里血压升高，可在晚上适当地服用药物以防。

心绞痛的自疗及预防

心绞痛是以发作性胸痛为特点由于心肌血气供求不平衡，引起短暂心肌缺血的结果。它是冠心病最常见的一种类型。日常生活中可有各式各样的心绞痛发作，防治方法不尽相同。

1. 劳累性心绞痛：是最常见的一种，常在劳动、运动、疾走、爬山、登楼、骑单车时发生。其发作是由于心肌耗氧量增加的结果，故休息片刻，可渐渐缓解，如不缓解，可含服硝酸甘油类药物，使冠状动脉扩张，改善供血而得到缓解。

2. 饱餐性心绞痛：不少冠心病患者因饱餐而诱发心绞痛。这是由于饱餐后血液流向胃肠，而心肌血液相对供应不足，同时血脂暂时升高，有碍心肌氧的运输，尤其是餐后即从事劳动或快步行走更易引起心绞痛。因此，饮食不过饱，饭后适当休息，可避免心绞痛发作。

3. 情绪性心绞痛：临床上不少冠心病患者，由于发怒使心绞痛发作，甚至过悲而痛死。凡喜、怒、忧、思、悲、恐、惊等七情均可引起心绞痛频频发作，含服硝酸甘油类药物效果不好。此类病人，应乐观对待，做到“既来之，则安之”，保持情绪稳定，辅以药物才能取得疗效。

4. 饮酒性心绞痛：研究证明，少量饮酒可改善冠状动脉血液循环，但过量饮酒可使血管扩张、血压下降、心率加快而诱发心绞痛。因此，少量饮酒有益，过量饮酒有害。

5. 排尿性心绞痛：伴有前列腺肥大的冠心病患者，因尿急而排尿不通畅，或用力排尿和精神紧张时，反射性引起冠状动脉功能不全而发生心绞痛。这类患者不宜用力排

尿，如尿不通畅，应及时请泌尿外科医生处理。

6. 排便性心绞痛：常见于习惯性便秘的心绞痛患者，因大便秘结排便时过于用力，造成腹压升高，心跳加快，心肌耗氧量增加，从而引起心绞痛。故此这类患者应多吃纤维素多的食物，多运动，必要时服药通便，以保持大便畅通，减少心绞痛发作。

7. 性交性心绞痛：性高潮时，心率可增加至120~140次/分，血压升高30~40毫米汞柱，呼吸加快至40次/分，从而诱发心绞痛。因此，有冠心病的患者不可纵欲，心绞痛频发者不宜过性生活，必欲过性生活时，应于性交前30分钟服长效硝酸甘油制剂或贴硝酸甘油膏，如性交时发生胸闷、气短应立即终止性交活动。

8. 睡眠性心绞痛：有些冠心病患者夜间心绞痛发作，是由于夜间迷走神经兴奋，心率减慢，心肌供血不足或因静脉回心血量增加，导致心肌耗氧增加，而突然憋醒或恶梦惊醒，感到心前疼痛，被迫坐起或起床走动才感到舒服，疼痛得到缓解。这类病人应将床头抬高10度（即垫高25厘米），可减少心绞痛发作。

9. 寒冷性心绞痛：冬季室内外温差过大，如从暖室走向户外，突然遇冷风或迎风而行，可致周围血管收缩，从而诱发心绞痛。对这类病人来说，保暖防寒可减少病痛发作。

10. 牵涉性心绞痛：不少冠心病患者，心绞痛发作时疼痛部位不在胸前区，而表现为颈项痛、咽喉痛、牙痛、肩胛痛、指尖痛、腹痛，对此极容易误诊和漏诊，应特别警惕。中年以上的人出现上述疼痛，应首先想到心绞痛可能发作，及时到医院诊治。

总之，心绞痛的防治关键是防治冠心病，重点是增加冠状动脉血液供应和减少心肌耗氧量。

高危病人的自我保护

随着年龄的增长,人体的各种生理功能逐渐衰退。虽然生、老、病、死是生物所必经的自然规律,长生不老是不存在的。但是,若能了解生命威胁所在,未雨绸缪,趋吉避凶,延年益寿是可望的。从寿终正寝的病因统计显示,老年人的发病原因有其特殊性,认识它的规律,采取自我调节和防护,无疑有益于长寿。

老年人居首位的高危疾病是呼吸系统疾病,其中最重要的是肺部感染和肺结核。尽管抗菌药物日新月异,似乎未能改变其危险的势态,究其原因,可能与老年人自身因素有关。例如老年人支气管壁腺体增生,粘膜纤毛运动减弱,痰多而不易咳出,机体免疫功能低下,易被致病微生物侵入。而且高龄人临床症状反应能力不强,虽然病情在发展加重,但病状特征不明显。表现多无特征性的精神疲乏、食欲不振、大便异常等。这种情况不单患者本身难于觉察,往往也被医生所忽略。诊断治疗的延误,常使病情急剧发展,措手不及。

心脏病病人拔牙须知

“拔牙”是口腔外科最常见、最基本的手术,可是对心脏病的患者来说确有相当的危险性。由于患者对拔牙有特殊的恐惧心理,拔牙过程中精神紧张、情绪激动,加上拔牙时的牵动或程度不一的疼痛刺激,病人可能随时发生心血管意外。据资料报告,医生对有心脏病的患者拔牙前后进行了心电图监测,结果在拔牙瞬间发生猝死的患者中75%是有冠心病的,20%是其它心脏病。可见拔牙手术虽小,但对于有病态的心脏患者是不可忽视的。

有心脏病的人在拔牙前应如实地向医生

讲清自己心脏病的既往发作史,在拔牙中应随时说明有无异常感觉,以便医生在处理上有充分的准备。

由牙病引起的几种牙痛

1. 龋齿(蛀牙和虫牙):一般都无自发性的疼痛,遇到冷热、酸、甜时才感到痛,深度的龋齿因接近牙髓,遇到刺激时疼痛加重,但刺激因素消除后,疼痛亦随之消失。

2. 急性牙髓炎(牙神经痛):是引起剧烈牙痛的主要原因,疼痛是自发性的,即使没有遇到什么刺激因素也发生疼痛。遇到冷热等刺激或食物嵌入龋洞时,疼痛加重。先是一阵阵地痛,以后就持续不断地痛,到了化脓时,用冷水含漱可使疼痛减轻。

3. 急性牙周膜炎:疼痛很剧烈,呈持续性的跳痛,牙齿不能咬嚼,痛牙好象要比其他牙长出一些,有牙浮起的感觉。

4. 急性智齿(尽根牙)冠周炎:主要是第三磨牙位置不正,牙冠面上部分有牙龈覆盖和食物嵌塞,容易发炎。牙龈红肿,持续疼痛,有时伴有喉痛和口开不大。

5. 牙釉重度磨耗:牙齿因长久担负咀嚼食物的功能,最外面一层牙釉质逐渐被磨耗,使第二层牙本质暴露,因其中有神经末梢的分布,故遇有冷热或机械性的刺激时,可感到酸痛。

6. 牙颈部楔状缺损:由于牙龈萎缩和牙刷毛太硬,在牙面接近牙龈部分,牙釉质很薄,常可因刷牙时刷毛的磨擦,将釉质磨除,暴露的牙本质较软,被刷毛磨成较深的凹陷,就会感到酸痛。

另外还有一些不常见的牙痛是由于牙齿没有萌出,压迫附近的牙齿,牙髓有结石,牙冠裂开等。高血压患者有牙髓充血,糖尿病患者牙髓血管发炎坏死等原因都可引起牙痛。

中年人的几种强肾保健法

根据当今一些著名老中医的经验，中年人的强肾保健、预防衰老，可选择多种易行的方法。

揉头皮 中医认为肾主骨，其源在发。

可用右手按顺时针方向轻轻揉摩头皮，从后脑到前额，从左侧到右侧，每次揉摩5分钟，每天早、中、晚各一次，有益头皮气血流畅、肾气上达，能防治中年眩晕和过早白发、脱发。

叩牙齿 中医认为肾气与牙齿相通，肾气充足则牙齿坚固。经常轻叩上下牙齿，有益齿根气血流畅，延迟牙齿脱落。此外，将上下牙齿咬紧，可防肾气外泄，有益中年固齿。

咽唾液 中医认为唾液为肾之补液，静坐舌津能滋养肾精。方法是盘腿静坐，如练气功时意守丹田，然后每隔半分钟咽一次唾液，次数不论多少，在方便和空闲时进行。中年肾亏者常用此法保健，久则见效。

鸣天鼓 中医认为肾开窍于耳，肾气足则耳聪。鸣天鼓的方法是两手掌根紧贴两耳，然后用中指和食指交替弹击后脑，每日二次，每次50下，有益于中年肾气上输至脑及两耳，能健脑聪耳。

擦足心 两足心的涌泉穴直通肾经，临睡前用手摩擦足心发红发热，有强肾壮元之效。

肾炎病人不宜吃香蕉

肾炎病人，医生常嘱咐要多吃水果，原因是水果中含有多种丰富的维生素等，对肾功能恢复有益。但是对于急性肾炎或慢性肾炎急性发作而引起高血钾症的时候，却不能吃香蕉。

香蕉香甜味美可口，但香蕉中含有较多的钾盐，若病人吃进过多的香蕉，无异于吃

了过多的钾盐，这样会使病人血中钾的浓度升高，造成或加重钾中毒，引起病情恶化。有的肾炎患者还有腹泻，而香蕉又有滑肠通便的作用，若吃了香蕉势必加重腹泻，所以，肾炎患者不宜吃香蕉。

十二指肠溃疡病人饮食5忌

一忌冰冻和过热饮食。饮食温度适中，饮茶、汤不宜过热。

二忌食太荤、太油和煎炸的食物。饮食中以易消化食物为主，肉类炒煮要熟，蔬菜不要半生。

三忌食过多味精、酸辣及过咸的食物。饮食以清淡为主，味重会刺激胃酸分泌。少量的生姜和胡椒可暖胃和增强胃粘膜的保护作用。

四忌饮食无律过度，宜少吃多餐，避免饿痛，必须时吃一两个苏打饼。

五忌饮酒、浓茶和咖啡，特别是酒，对胃刺激过大，会引起溃疡恶化。

五官变化与内脏功能

1.眼睛忽然看不清东西了，这是肝功能衰弱的标志。按一按肝脏四周（腹部右侧）总觉得有一种沉重感。在看电视及读书时，尤其要注意卫生，眼睛过度疲劳对肝脏也有害。

2.嗅觉越来越不灵敏了，这是肺功能衰弱的标志。比如在患感冒之前，平时很喜欢吃的某种食物的香味消失了，这是因为肺部受到损害的缘故。

3.嘴唇感觉变迟钝了，这是胰脏功能衰弱的标志。胃部受到损害时嘴唇会变得干燥甚至破裂。由于胃和胰脏是兄弟关系，胰脏状况不好，胃也会受到影响。

4.耳朵不灵了，这是肾功能衰弱的标志。肾功能受阻多是坐着工作的人，久坐不动的人更应该注意。

5. 味觉迟钝了, 这是心脏功能衰弱的标志。当口中干涩, 感觉不到食物的滋味时, 要注意心脏发生变化。

便秘的简易自疗方法

预防便秘不畅的方法:

1. 多吃蔬菜、水果和含纤维较多易于消化的食物。

2. 禁吃辛辣食物, 如喝酒、吃辣椒等。

3. 养成良好的排便习惯, 保持每日定时能便一次。

4. 加强运动, 提倡转腰涮胯, 多做腹式深呼吸, 增加胃肠蠕动, 活跃排泄功能。

便秘的简易疗法:

1. 一般性便秘: 以食指压内庭穴(位于第2、3脚趾之间的关节缝隙处是穴)。每日清早便秘前, 用大拇指压该穴3~5分钟。

2. 习惯性便秘: 用自己的两掌根按摩腹部。先左右各旋转14圈。另外, 取豆油300毫升在锅内烧开, 放入适量白糖搅匀, 每日清早喝两汤匙。

3. 高血压性便秘: 取决明子10~20克, 用开水泡服或煎后代茶饮。

4. 高血脂病人的便秘: 生首乌20~40克, 每日煎水服用, 早晚各一次。

5. 老年性便秘: 津液不足, 肠失润导, 每日清晨饮淡盐水一杯(最好是青盐, 各药店均有出售); 或用蜂蜜30~60克冲开水调服, 每日早晚各一杯。

以上各方是根据民间实践总结而成, 有针对性地选用, 效果较为理想, 请患者一试。

中风的新疗法

最近美国埃默里大学医学院的脑科学家发明了中风新疗法, 就是给中风患者注射血清蛋白及低分子葡萄糖溶液, 9名受治者, 8名抢救成功。

通常, 一个人中风后几分钟或几小时内, 其脑细胞受损害。特别是主管语言的语言中枢脑细胞, 主管四肢躯体活动的神经细胞, 受损后不能恢复功能, 造成瘫痪和失调。这是因为当脑血管栓塞后, 这类脑细胞因缺血缺氧而受到损坏。该医院采用血液稀释法, 取得很好成效。由于注射血清蛋白及低分子葡萄糖溶液, 可把血管内的血液稀释, 使之容易流入脑部, 使脑恢复原有功能。

疥疮应该如何防治

俗话说:“疥是一条龙, 先从手上行, 腰上缠三圈, 屁股扎老营。”得了疥疮病的人感觉奇痒难忍, 尤其是夜晚痒得更剧烈。家庭中如有疥疮病人应隔离治疗。家中人如同时发病, 应该同时治疗。病人接触过的用具、衣服、被褥等物品要煮沸消毒, 在阳光下曝晒; 不能煮沸消毒的衣服如毛织品、呢绒衣服等要用熨烫方法, 以杀灭疥虫。10%硫磺软膏虽然是较古老的治疥疮药物, 但疗效还是可靠的。用它自颈部开始涂擦全身, 每天早晚各一次, 连续涂擦3天。第4天洗澡, 最好用硫磺肥皂洗澡, 然后换上消毒后的衣服。换下来的衣服等物品也要消毒杀虫。若有新的皮疹出现, 1~2周后可再重复上述方法治疗一次。

此外, 治疗疥疮的药物很多, 如40%硫代硫酸钠溶液及40%盐酸溶液的外用。冬天以药液涂擦全身皮肤有发凉现象, 也有人用后有疼痛感。又如1%林丹霜(高丙体六六六霜), 是目前国内外常用的治疥疮的药物, 但要在医嘱下使用, 孕妇及儿童的疥疮忌用。此外, 如25%笨甲酸苄酯乳剂、优力肤软膏等皆是良好的杀疥虫药物, 但关键是治疗后应换上消毒的衣服, 否则影响疗效。